

ÁROKPARTI PATIKA



Készítette:

Labát Vivien

6.b

Szentesi Koszta József Általános Iskola

Felkészítő tanár :

Janiga Lászlóné

Amikor a pályamunkámhoz készítettem az árokpartok növényeiről a fotókat, két cicát is láttam heverészni az őszi napsütésben./lásd 1.kép/ Úgy tűnt, pont a fotózott gyógynövényeket lesik.

Eljátszottam a gondolattal: mi lenne, ha ismernék a gyógynövényeket, és tudnának velük gyógyítani?

Valahogy így történhetne...

Szerénke: Jaj, de sok zsíros ételt ettem, ezért megfájdult a gyomrom.

Szerénke anyukája: Akkor gyere, keressük fel a mindent tudó gyógyító Lukrécia!

S elindultak Lukrécia rendelőjébe.

A rendelőben sok beteg macska várakozott. Nagy sokára sorra került a gyengélkedő Szerénke is. Elpanaszolta miye fáj, és hogy rosszul érzi magát.

Lukrécia: Gyógyszert nem írok fel, de ajánlom neked a gyermekláncfű gyógynövényt. /lásd 2. kép/Ezt a gyógynövényt füves területeken, főleg kertekben, szántóföldeken, árokparton találsz meg. Javítja a gyomornedv kiválasztást és megtisztítja a gyomrot a mindenféle pangó anyagtól. Az egész növény gyógyító hatású. A pitypang gyökere ehető nyersen, de szárítva teája elősegíti az emésztést. A pongyola pitypang azok közé a növények közé tartozik, amelyeknek tőlevelei áttelelnék, sőt még a hideg évszakban is levelet hajtanak, így télen is frissen használhatók.

Szerénke: Hogyan ismerem fel?

Lukrécia: A földre fekvő levelei hasadtak, a hasábok fogazottak (kacúros levél). A belül üreges tőkocsány, tetején az aranysárga fészkes virágzattal, a törőzsából tör elő. Még most található a kertekben is. Leveléből salátát, vagy főzeléket készíthettek. Addig a legfinomabb, míg a fehér nedve- a kutyatej- nem képződik benne.

Szerénke: Kutyatej? Na, azt neem...akkor a frisset gyűjtjük! Viszlát, köszönjük a tanácsokat!

Lukrécia: Mi macskák főleg hússal élünk, de pár napig kerüld a zsíros húsokat! Jobbulást!

Másnap újabb beteg érkezett Lukrécia rendelőjébe

Cirmi azzal a panasszal fordult a mindent tudóhoz, hogy az elmúlt napokban megfázott.

Cirmi: Milyen gyógynövényt tudsz ajánlani, mert már a gyógyszerekből elegendő van?! Allergiás lettem tőlük, folyton vakaródom...

Lukrécia: A csipkebogyó/lásd 3. kép/ kiváló, mivel sok C vitamint tartalmaz. 10-szer többet, mint a citrom. A vadrózsa, másnéven gyepürózsa termése. Megfázásra, náthára tudom ajánlani. Árokpartokon megtalálsz. A csipkebogyó az első őszi fagyok idején érik be, ha a dér megszűnt, a termés puhulni, ráncosodni kezd.

Cirmi: Különben ez a termés áltermés. Tanultuk a cicaiskolában, hogy ez azt jelenti, hogy a termés képzésében a termőn kívül más virágrészek is részt vesznek. Például a vacok és a csészelevél.

Lukrécia: Ügyes vagy! De vigyázz, nem szabad leforrázni, mert a C-vitamin tartalma hő hatására elbomlik! Így készítsd: este vágd félbe a csipkebogyókat, tedd egy fazékba, öntsd fel egy liter vízzel, és melegítsd fel 40-50 fokra! Fontos, hogy csak ennyire, mert így nem megy ki belőle a C-vitamin. Takard le, és reggelig hagyd állni! Reggel tálalás előtt langyosítsd a kívánt hőfokra! Leszűrve iható, erőteljes finom íze lesz, és még a C-vitamin is benne marad.

Cirmi: Doktornő! Ez olyan macerás! Nem jó a bolti filteres?

Lukrécia: Az nem olyan hatásos. A házilag készítettben minden hatóanyag benn marad, tehát megéri a fáradozást.

Garfield nevű macska is megjelent a rendelőben.

Lukrécia: Tessék, foglalj helyet! Miben segíthetek?

Garfield: Tegnap óta nagyon csúnyán köhögök.

Lukrécia: Ó szegény! Erre is tudok egy hatékony gyógynövényt! Ez pedig nem más, mint a lándzsás útifű!/lásd 4. kép/

Nyálkaoldásra és köhögéscsillapításra kiváló. Levelét gyűjtjük, leforrázzuk és rövid ideig állni hagyjuk.

Garfield: Honnan ismerem fel?

Lukrécia: Évelő növény, lándzsás levelei törőzsát képeznek. Leveleinek hossza 20 cm-t érhet el, szélessége 3, 5 cm-t. Szélük picit, vagy ritkán fogazott, a 3-5 hosszanti főér majdnem párhuzamos. A hozzá nem értő gondolhatná, hogy egyszikű növényről van szó, hisz úgy néz ki az erezete, de elárulom neked, hogy kétszikűek az útifűvek. A tölevélrózsa közepéből fejlődnek ki a virágzó szárak, ezeken levelek egyáltalán nincsenek, csúcsukon igen apró virágok vannak, tömött, hengeres-tojásdad füzérvirágzatot alkotnak. Színük zöld, nem feltűnő, de nem is kell, hisz nem rovar beporzásúak. Virágzáskor a porzók hosszan kiemelkednek a virágokból, ez pedig azért fontos, mert a szél így könnyebben felkapja a virágport.

A növény árokparton, réteken, legelőkön is megtalálható.

Teltek múltak a hetek. A mindentudó gyógyító Lukláciához egyre többen fordultak különböző panaszokkal, betegségekkel. Messze híre ment tudásának.

Ma éppen Pimasz úr, az öreg kandúr jelent meg a rendelőben.

Következő tünetekkel fordult a gyógyítóhoz.

Pimasz úr: Doktornő! A mancsomon seb keletkezett. Igaz, én voltam a hibás, mert elcsentem a szomszéd kutya kajáját, de sajnós menekülés közben csúnyán megsebesültem.

Lukrécia: Erre használd a körömvirágot!/lásd 5. kép/ Abból készíthetsz körömvirág kenőcsöt.

Pimasz úr: Hol találok ilyen növényt?

Lukrécia: Főleg kertekben, de a minap láttam a te gazdád háza előtt az árokparton is elszaporodott ez a szép sárga körömvirág.

Az orvosi körömvirág (*Calendula officinalis*) a fészkesvirágzatúak rendjébe, az őszirózsafélék családjába tartozó növényfaj. Egyike a leggyakrabban használt fűszer-, és gyógynövényeknek. Egyéb nevei: gyűrűvirág, kenyérbélvirág.

A körömvirág enyhítő és viszketéscsillapító hatásának köszönhetően külsőleg kiegészítő kezeléseknél használatos. Fertőtlenítő és gyulladásgátló, valamint sebgyógyulást elősegítő tulajdonságai miatt bőr-és szájüregi betegségek kezelésére ajánlott. Használják bőrrepedések, kisebb sebek, rovarcsípések és napsugárzás okozta bőrgyulladás esetén is.

Pimasz úr: Hogyan tudom elkészíteni?

Lukrécia: Az elkészítése nagyon egyszerű. Leírom neked.

Körömvirágkenőcs

Egy serpenyőben hevítsünk fel 250 gramm tiszta sertézsírt és szórjunk bele egy púpozott maroknyi körömvirágot (levelet, virágot és szárát), hagyjuk egyszer felhabzani, keverjük erősen össze, és vegyük le a serpenyőt a tűzhelyről. Lefedve hagyjuk az egészet éjszaka kihűlni. Másnap még egyszer melegítsük fel enyhén a serpenyőt, tartalmát egy tiszta vászonkendőn passzírozzuk át, a virágot, levelet és szárát préseljük ki, és az így nyert kenőcsöt töltsük zárható üvegekbe.

Pimasz úr: Nagyon köszönöm a tanácsot! Mindenképpen elkészítem ezt a csodakenőcsöt. A TV reklámozott sok mindent ilyen esetre, de hallottam, hogy elfertőződhet a seb, meg, hogy levágják a lábat! (Ny)au!!(Ny)au!!

Lukrécia: Ne aggódj, majd meglátod, hogy ez a házi-patika gyors és hatékony. Viszont látásra!

Másnap Cila lépett be a rendelőbe.

Elpanaszolta, hogy egy nagy szemölcs nőtt a tappancsán.

Lukrécia: Erre tökéletes gyógymód a vérehulló fecskefű./lásd 6. kép/

Erdőszélen, út szélén, parlagon, kertekben bárhol kinövő, tipikus gyomnövénynek látszó jellegzetes virágú, és tejnedvű növény.

Egyéb nevei: vereslőfű, kutyatej (!), kecsketej, rántófű. Gyógyhatásai régóta ismertek.

A mákfélék családjába tartozó kétszikű. Gyökértörzse húsos, vörösesbarna. Szára akár 1 m magasra is megnőhet, szögletes, felül elágazik. Levelei váltakozó állásúak, a tőlevelek hosszú- a szárlevelek rövid nyelűek, vagy ülők. A levélalak szárnyasan szeldelt, ferde

tojásdad. Virágai virágzatba tömörültek, ernyősek, aranysárgák, négy szirmmal, sok porzóval. A termés hosszú, hengeres toktermés. Jellemző rá a megsértett szárból kicsorgó narancssárga tejnedv.

Tejnedve ismerten hat szemöcsökre, ekcémára, tyúkszemre, a hatás a fehérjebontással párosuló sejtosztódás-gátlás. Belsőleg alkalmazva veszélyes lehet, tehát **csak orvosi felügyelet mellett** használható: görcsoldó, salaktalanító, vizelethajtó, gyulladásgátló hatással bír. Belsőleg terhesség esetén és gyermekkorban tilos alkalmazni!

A gyökérzetét ősszel, a virágát pedig tavasszal tudod begyűjteni.

Cila: Köszönöm doktornő! Viszont látásra!

Lukrécia rendelőjének óriási sikere lett, minden beteg macska hozzá fordult tanácsért.

Történetem eddig tartott.

Összegzésként leírom azokat a hasznos kiegészítéseket, amiket a városom legjobb gyógynövény szakértőjétől tudtam meg a vele készített interjúból. Ő a Mentha Gyógynövényüzlet tulajdonosa. Sok gyógyhatású készítményt forgalmaz, s maga is készít.

„**A saját kézzel gyűjtött gyógynövény az igazi.** Ezért a gyógynövények felhasználásánál, amennyiben mi magunk kívánjuk begyűjteni és feldolgozni, úgy mindenképp szem előtt kell tartani az adott növény **begyűjtési idejét**, amikor a növény életciklusa szerint a legmagasabb és legjobb összetételű hatóanyag tartalommal rendelkezik.

A növények gyűjtésénél, aranyszabály, hogy **ne irtsuk ki az egész növényt**, növényenként csak pár szárat és néhány levelet, virágot szedjük le, lehetőleg olyan eszközzel, amivel a lehető legkevesebb kárt okozzuk a növénynek (éles kés, vagy olló), **tiszteljük azt, amit a természet ad** számunkra. A gyógynövényeket használhatjuk frissen a leszedés után, vagy még nyers, feldolgozatlan formában is. Ilyenkor a leveleket, virágokat vagy a szárat, gyökeret meg lehet enni (sok esetben) vagy egészben, vagy összezúzva sebekre, bőrfelületre helyezni.

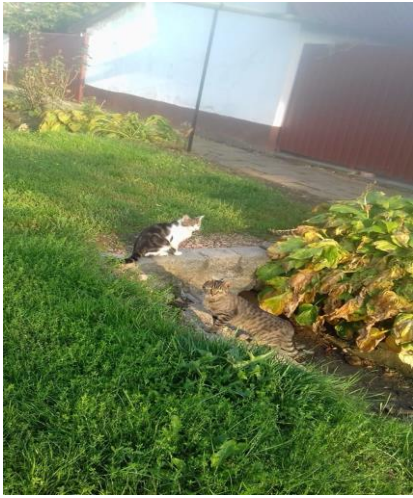
Ha a növényeket magunk gyűjtjük, akkor ügyelni kell arra, hogy **ne szennyezett környezetből származzanak**. Célszerű vászonzsákba, gyűjteni, vagy legalább papírba csomagolva. Hazaérve, **meg kell tisztítani** a növényeket, szükség esetén lemosni (a gyökereket). Általában virágot, kérget és levelet nem mosunk és nem is öblítünk le, mert ez rothadási folyamatokat indíthat el.

A tisztítás után **érdemes feldarabolni** a növényeket, pláne a gyökereket, így a rothadást meg lehet előzni.

A következő teendő a **szárítás**, amennyiben frissen nem kívánjuk felhasználni a növényeket. A szárításnál, napfénytől védett és enyhe légáramú helységben érdemes szárítani, a darabolt növényeket szétterítve. Ha a terméseknek, bogyóknak magas a nedvességtartalma érdemes magasabb hőmérsékleten szárítani, nehogy megromoljanak. A szárítás után, ami pár hétig is eltarthat, fel lehet dolgozni a növényeket, **apritani, zúzni** vagy **őrölni** és el lehet **tárolni**, lehetőleg légmentesen zárt edényekben, természetesen hűvös és fénytől védett helyen. Ha a növényeket megfelelően feldolgoztuk, jöhet a gyógyhatású szer készítése.”



Melléklet



1



2



3



3



4



5



6

Felhasznált irodalom:

Maria Treben: Egészség Isten patikájából
HáziPatika.com
Wikipédia

Köszönöm a szentesi Mentha Gyógynövény Szaküzletnek, hogy az üzletükben szemügyre vehettem, lefényképezhettem a gyógynövény készítményeket, s hasznos információkat kaptam.